

PENGALAMAN REMAJA WANITA DALAM
MENGATASI NYERI HAID
(*DYSMENORRHEA*)

STUDI KASUS



PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2019

PENGALAMAN REMAJA WANITA DALAM
MENGATASI NYERI HAID
(*DYSMENORRHEA*)

STUDI KASUS

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang Untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Ahli Madya Keperawatan



Oleh :

IMAMAH

(NIM : 201610300511075)

PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2019

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengalaman Remaja Wanita dalam
Mengatasi Nyeri Haid (*Dismenore*)

Nama Lengkap : Imamah

NIM : 201610300511075

Jurusan : Program Diploma III Keperawatan

Universitas/Institusi/politeknik : Universitas Muhammadiyah Malang

Alamat Rumah dan No.Telp/Hp : Jl. Selat Malaka Kel. Tanjung Laut Kec.
Bontang Selatan, Kota Bontang
(0896 6101 3181)

Alamat email : imamahima84@gmail.com

Dosen Pembimbing

Nama Lengkap dan Gelar : Sunardi, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP UMM/NIDN : 11205080425

Alamat Rumah dan No.Telp/Hp : Jl. Sunan Gunung Jati No.435 Ampeldento
Pakis Malang (0821 3932 9926)

Malang, 05 Juli 2019

Menyetujui

Ketua Program Studi D3 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



(Reni Ilmiasih, M.Kep Sp Kep.An)
NIP UMM 14408040454

Dosen Pembimbing



(Sunardi, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIP UMM 11205080425

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh

Nama : Imamah

NIM : 201610300511075

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Judul KTI : Pengalaman Remaja Wanita dalam Mengatasi Nyeri Haid
(*dysmenorrhea*)

Telah berhasil dipertahankan dihadapan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (Amd.Kep) pada Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang.

DEWAN PENGUJI


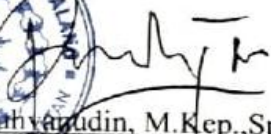
Penguji 1 : Ririn Harini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.UMM/NIDN : 11205010420

Penguji 2 : Titik Agustyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.UMM/NIDN : 11205010415

Penguji 3 : Sunardi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.UMM/NIDN : 11205080425

Ditetapkan di : Malang

Tanggal :

 Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang

Faqih Rullyandudin, M.Kep., Sp.Kep.MB)
NIP.UMM/NIDN : 11203090391

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Malang, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Imamah
NIM : 201610300511075
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Malang
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Malang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

Pengalaman Remaja Wanita dalam Mengatasi Nyeri Haid (*Dismenorrhea*)

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Muhammadiyah Malang berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas karya tulis ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Malang

Pada tanggal : 05 juli 2019

yang menyatakan


Imamah

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah, sangatlah sulit untuk saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dekan Faqih Ruhyanudin, M. Kep., Ns., M.Kep.,Sp.KMB selaku Dekan Fakultas Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Reni Ilmiasih, M.Kep., Sp.Kep. An selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Seluruh dosen, staff dan pegawai administrasi Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
5. Kedua orang tua yaitu Bapak Abdul dan Ibu Marina dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan dukungan, bantuan doa, material dan moral.
6. Saudari partisipan beserta keluarga yang telah banyak membantu dan bersedia menjadi partisipan.
7. Sahabat-sahabat SMP yang selalu mendoakan dan memberikan dan dukungan (Luthfiyyah, Syamsi, Tiara, Nurfauziah, Nurmalinda, Nurbasita)
8. Sahabat-sahabat SMK yang selalu mendoakan dan memberikan dan memberikan dukungan (Nonny, Regina, Ariesta, Nur Maa'ida, Theresia)
9. Sahabat yang selalu memberikan dukungan selama kuliah (Ummu, Kiki, Nikma, Jihan, Mei)

10. Seluruh teman-teman D3 Keperawatan 2016 yang banyak memberikan dukungan, bantuan serta berbagi ilmu dan pengalaman selama 3 tahun ini
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT. Besar harapan penulis agar Karya Tulis Ilmiah akhir ini dapat bermanfaat.

Malang, 05 Juli 2019

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR PUSTAKA	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Remaja.....	6
2.1.1 Definisi remaja.....	6
2.1.2 Tugas perkembangan remaja.....	7
2.1.3 Karakteristik remaja.....	8
2.1.4 Perkembangan remaja	10
2.1.5 Pubertas pada remaja putri	12
2.2 Menstruasi	13
2.3 <i>Dysmenorrhea</i>	14
2.3.1 Definisi.....	14
2.3.2 Etiologi.....	15
2.3.3 Patofisiologi	16
2.3.4 Klasifikasi <i>Dysmenorrhea</i>	16
2.3.5 Tanda Gejala	17
2.3.6 Cara mengatasi nyeri haid.....	18

BAB III	21
METODOLOGI PENELITIAN.....	21
3.1 Desain Penelitian	21
3.2 Waktu dan tempat Penelitian.....	21
3.3 Setting Penelitian.....	22
3.4 Subjek penelitian	22
3.5 Metode Pengumpulan data	23
3.6 Metode Uji Keabsahan Data.....	24
3.7 Metode Analisa Data	24
3.8 Etika Penelitian.....	25
3.8.1 <i>Informed Consent</i>	25
3.8.2 <i>Anonimity</i> (Tanpa Nama)	25
3.8.3 <i>Confidentialy</i> (Kerahasiaan)	25
BAB IV	27
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
4.1 Informasi umum partisipan.....	27
4.2 Hasil Penelitian.....	28
4.2.1 Tema 1 : Pengalaman Nyeri	29
4.2.2 Tema 2 : Terapi Non-farmakologis.....	29
4.3 Pembahasan	30
4.3.1 Pengalaman Nyeri	30
4.3.2 Terapi Non-Farmakologis	31
BAB V.....	28
PENUTUP.....	28
5.1 Kesimpulan.....	28
5.2 Saran	28
5.2.1 Bagi partisipan	28
5.2.2 Bagi tenaga kesehatan	28
5.2.3 Bagi peneliti lain	34
5.2.4 Bagi lembaga pendidikan	34

DAFTAR GAMBAR

gambar 1. Partisipan 1	58
gambar 2. Partisipan 2	58
gambar 3. Partisipan 3	59



DAFTAR TABEL

Table 1. informasi umum partisipan	27
Table 2. analisa data penelitian	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Analisa Data	38
Lampiran 2. Pedoman Wawancara	41
Lampiran 3. Transkrip Wawancara.....	42
Lampiran 4. <i>Inform Consent</i>	52
Lampiran 5. Lembar Konsultasi Bimbingan.....	55
Lampiran 6. Surat Kesediaan Pembimbing KTI.....	57
Lampiran 7. Dokumentasi.....	58



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, R. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 522.
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Erni Gustina, S. N. (2015). Sumber Informasi dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 147-152.
- Gunawan, I. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hikmah, N., Amelia, C. R., & Ariani, D. (2018). Pengaruh Pemberian Masase Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar terhadap Penuruna Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di SMK Negeri 2 Malang Jurusan Keperawatan. *Journal of Issues in Midwifery*, 34-35.
- Hikmah, N., Amelia, C. R., & Ariani, D. (2018). Pengaruh Pemberian masase Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di SMK Negeri 2 Malang Jurusan Keperawatan. *Journal of Issues in Midwifery Volume 2 No. 2*, 34-45.
- Hikmah, N., Amelia, C. R., & Ariani, D. (2018). Pengaruh Pemberian masase Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di SMK Negeri 2 Malang Jurusan Keperawatan. *Jurnal of Issues in Midwifery Volume 2 No. 2, Journal Issues in Midwifery Volume 2 No. 2*, 34-45.
- Kusmiyati. (2018). Nyeri Haid, Penyebab, dan Penanggulangannya. *Jurnal Pijar MIPA VI (1)*, 18-23.
- Morgan, G. (2009). *Obstetri & Ginekologi : Panduan Praktik Edisi Bahasa Indonesia*. Jakarta: EGC.
- Nadliroh, U. (2013). Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Kelas VII di SMPN 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Hospital Majapahit Vol 5 No. 1*, 112.
- Nani, D. (2013). *Fisiologi Manusia Siklus Reproduksi Wanita*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup.

- Nasir, A., Muhith, A., & Ideputri, M. E. (2011). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ningsih, R., Setyowati, & Rahmah, H. (2013). Efektivitas Paket Pereda Nyeri pada Remaja dengan Dismenore. *Jurnal Keperawatan Indonesia Volume 16 No 2*, 72.
- Novita, R. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA AL-Azhar Surabaya. *Research Study*, 172-181.
- Nurwana, Sabilu, Y., & Fachlevy, A. F. (2017). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 250-731.
- Olivia, F. (2013). *Mengatasi gangguan Haid*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Patimah, S. (2017). *Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja . *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 25-32.
- Pythagoras, K. C. (2015). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal Promosi Kesehatan Volume 5 No. 1*, 12-24.
- Saryono, & Anggraeni, M. D. (2011). *Metodologi Penelitian dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setyowati, H. (2018). *Akupresur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Jakarta: ebook.
- Suban, P. A., Perwiraningtyas, P., & Susmini. (2017). Pengaruh Air Putih terhadap Penurunan Dismenorhea Primer pada Remaja Putri. *Nursing News*, 178.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta.
- Widiatami, T., Nurul, M., & Admini. (2018). Study Literature tentang Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 140.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak Volume 2 No. 1*, 40.